

味彩 (HP)

〔 昼食予定献立表 〕

㈱NHファシリティーズ

三友フーズセンター

ライス(394kcal)、パン(250kcal)+シヤム約48kcal)

表示されているエネルギー等は副食のみの数値を表示しております。

全ての献立に食物アレルギー特定原材料7品目が含まれている可能性があります。※ お米は岡山県産を使用しています

5月 9日(月)	豚肉の利久揚げ	16日(月)	ハニーガーリックチキン
 <p>スパゲティソテー しばかつば漬 チヂミ シーザーサラダ 鶏肉とたけのこの炒め煮 白菜と油揚げのポン酢あえ</p> <p>エネルギー 308 kcal 炭水化物 13.0 g 蛋白質 13.9 g 食塩相当量 2.0 g 脂質 23.2 g</p>	 <p>パンネソテー 桜漬 三角春巻(えび入り) 豚肉とじゃがいもの味噌バター炒め ほうれん草とさつま揚げのビリアン煮 蓮根の梅肉あえ</p> <p>エネルギー 369 kcal 炭水化物 30.9 g 蛋白質 13.5 g 食塩相当量 2.6 g 脂質 21.5 g</p>		
10日(火)	日の丸弁当	17日(火)	豚肉のBBQ焼き
 <p>ごちそうメンチカツ きのこと若布の酢の物 ポイル野菜 きざみつぼ漬 出巻卵 マカロニナポリタン チンゲン菜のクリーム煮</p> <p>エネルギー 675 kcal 炭水化物 111.5 g 蛋白質 18.9 g 食塩相当量 3.4 g 脂質 16.9 g</p>	 <p>ポイルキャベツ 沢庵漬 黒はんぺんフライ ホルモン焼きうどん風 小松菜と木くらげの塩炒め オクラたらこあえ</p> <p>エネルギー 312 kcal 炭水化物 26.0 g 蛋白質 16.2 g 食塩相当量 2.1 g 脂質 16.7 g</p>		
11日(水)	若鶏のガーリックチキン焼き	18日(水)	焼肉カビ風メチカツ
 <p>パンネソテー 桜漬 ハムチーズフライ 牛肉といんげん甘辛煮 ほうれん草としめじソテー レンコンサラダ</p> <p>エネルギー 381 kcal 炭水化物 27.7 g 蛋白質 18.4 g 食塩相当量 2.4 g 脂質 20.1 g</p>	 <p>ポイルキャベツ きざみつぼ漬 豚キムチ炒め ミニオムレツサルサソースかけ 豆腐のアヒージョ風ソテー 筍の土佐煮</p> <p>エネルギー 280 kcal 炭水化物 25.1 g 蛋白質 10.3 g 食塩相当量 2.8 g 脂質 14.4 g</p>		
12日(木)	トンテキ風	19日(木)	若鶏のバジルソテー焼
 <p>ポイルキャベツ 高菜漬 ツナマヨフライ 鶏と白菜のオイスター炒め 筍の卵とじ ブロッコリーの和風ドレ和え</p> <p>エネルギー 268 kcal 炭水化物 16.4 g 蛋白質 18.2 g 食塩相当量 2.6 g 脂質 15.2 g</p>	 <p>ポイルキャベツ しばかつば漬 エビカツ マカロニミートソース ひじき煮付 ほうれん草のごま和え</p> <p>エネルギー 345 kcal 炭水化物 22.1 g 蛋白質 18.3 g 食塩相当量 2.3 g 脂質 20.2 g</p>		
13日(金)	若鶏の味噌炙り焼き	20日(金)	豚肉の山賊焼き
 <p>マカロニソテー しばかつば漬 ホタテ風味カツ ピーマンとスナップのガーリック炒め 小松菜と人参のナムル こんにゃく照り煮</p> <p>エネルギー 361 kcal 炭水化物 21.2 g 蛋白質 22.4 g 食塩相当量 2.4 g 脂質 20.2 g</p>	 <p>ポイルキャベツ 高菜漬 目玉焼きフライ 春雨の酢の物 牛肉と蓮根の焼肉ソテー いんげん煮付</p> <p>エネルギー 287 kcal 炭水化物 23.2 g 蛋白質 15.9 g 食塩相当量 2.2 g 脂質 14.6 g</p>		
14日(土)	アジフライ	21日(土)	クリーミーコロッケ(ホタテ)
 <p>ポイルキャベツ なす漬 ミートオムレツ 和風わさびパスタ チゲソテーとパスタの煮浸し いんげんのサラダ</p> <p>エネルギー 302 kcal 炭水化物 21.1 g 蛋白質 14.5 g 食塩相当量 1.8 g 脂質 17.6 g</p>	 <p>ポイルキャベツ 桜漬 竹輪の磯辺天 加加梅パスタ さつまいものレモン煮 きゅうりのザーサイあえ</p> <p>エネルギー 362 kcal 炭水化物 45.0 g 蛋白質 7.5 g 食塩相当量 2.6 g 脂質 17.0 g</p>		
15日(日)	カレー豚天	22日(日)	サワラの大葉チーズフライ
 <p>ポイルキャベツ きざみつぼ漬 れんこん肉詰めフライ 麻婆豆腐 わかしの青じそサラダ 白菜ゆかりあえ</p> <p>エネルギー 345 kcal 炭水化物 20.9 g 蛋白質 18.4 g 食塩相当量 2.3 g 脂質 21.6 g</p>	 <p>パンネソテー 沢庵漬 フレンチポテト(コンソメ風味) 鶏肉の八宝菜 オクラのチリソースあえ カリフラワーとハムサラダ</p> <p>エネルギー 280 kcal 炭水化物 25.1 g 蛋白質 12.3 g 食塩相当量 2.6 g 脂質 14.9 g</p>		

◎新鮮な食材を使用しておりますが、なるべく早くお召し上がりください。仕入れの都合上メニューと異なる場合はご了承下さい

◀新メニュー▶
・ほうれん草とさつま揚げのビリアン煮



冠婚葬祭、パーティー、行事・各種弁当
オードブル等のお申し込みは、
「三友フーズセンター」
いいごはん
フリーダイヤル 0120-98-1158
URL⇒<http://www.sanyufoods.jp/>

喫食後のお弁当箱の中に箸やフラごみ等を入れないようにお願いいたします

※この献立表はホームページにも掲載しています。「三友フーズセンター」で検索し、トップページの新着情報からご覧ください。

味彩 (HP)

[昼食予定献立表]

㈱NHファシリティーズ
三友フーズセンター

表示されているエネルギー等は副食のみの数値を表示しております。

ライス(394kcal)、パン(250kcal+ジャム約48kcal)

全ての献立に食物アレルギー特定原材料7品目が含まれている可能性があります。※ お米は岡山県産を使用しています

4月 25日(月)	油淋鶏	2日(月)	若鶏のチーズマヨパン粉焼
 <p>線キャベツ 桜漬 揚げ餃子 スパゲティーサラダ チンゲン菜とカニカマの中華炒め 白菜青じそ和え</p> <p>おすすめの一品</p> <p>エネルギー 399 kcal 炭水化物 24.5 g 蛋白質 15.2 g 食塩相当量 2.1 g 脂質 26.3 g</p>	 <p>線キャベツ しばかつば漬 フレンチポテト ツナと小松菜のペペロンチーノ風 いんげんのごま和え 若布のピリ辛ナムル</p> <p>エネルギー 312 kcal 炭水化物 20.9 g 蛋白質 15.8 g 食塩相当量 1.8 g 脂質 18.1 g</p>		
26日(火)	豚肉の立田揚	3日(火)	すきやき風フライ
 <p>マカロニソテー きざみつぼ漬 ベーコンポテトバーグ 鶏肉とスナップの黒胡椒炒め ほうれん草のナムル プチセリー</p> <p>エネルギー 404 kcal 炭水化物 28.5 g 蛋白質 18.2 g 食塩相当量 2.3 g 脂質 21.7 g</p>	 <p>線キャベツ 桜漬 いかフライ 牛肉のオイスター炒め チリコンカン風 もやしの甘酢あえ</p> <p>エネルギー 286 kcal 炭水化物 31.6 g 蛋白質 10.2 g 食塩相当量 3.0 g 脂質 13.7 g</p>		
27日(水)	ハニーコーンコロケ	4日(水)	豚肉のゆかり天ぷら
 <p>線キャベツ 沢庵漬 メルルーサの山椒風味焼き なすとパプリカのトマトソース炒め 大根と竹輪煮付 オクラの梅風味あえ</p> <p>エネルギー 405 kcal 炭水化物 41.8 g 蛋白質 15.6 g 食塩相当量 2.4 g 脂質 19.5 g</p>	 <p>線キャベツ 沢庵漬 プチ春巻 マカロニサラダ 金平ごぼう 竹輪とほうれん草の中華卵とじ</p> <p>エネルギー 410 kcal 炭水化物 27.8 g 蛋白質 16.0 g 食塩相当量 2.7 g 脂質 26.8 g</p>		
28日(木)	若鶏のコンポタ風焼	5日(木)	鶏肉の竜田揚げ
 <p>線キャベツ しばかつば漬 肉巻 ビーフソテー チンゲン菜の煮付 きゅうりのゆかり和え</p> <p>エネルギー 371 kcal 炭水化物 23.6 g 蛋白質 21.9 g 食塩相当量 3.0 g 脂質 21.1 g</p>	 <p>パンソテー 高菜漬 大根サラダ 筑前煮 オクラと野沢菜の和えもの エビ風味ソース</p> <p>エネルギー 338 kcal 炭水化物 30.9 g 蛋白質 11.9 g 食塩相当量 1.8 g 脂質 18.3 g</p>		
29日(金)	豚肉のカレー唐揚げ	6日(金)	牛肉コロケ
 <p>線キャベツ きざみつぼ漬 もやしと鶏肉のみそ炒め 海鮮ねぎ塩パスタ 小松菜の卵とじ 一口まぐろカツ (別外風味)</p> <p>エネルギー 336 kcal 炭水化物 22.8 g 蛋白質 18.5 g 食塩相当量 2.6 g 脂質 19.3 g</p>	 <p>線キャベツ きざみつぼ漬 レンコンサラダ やきそば 切干大根洋風煮 ブロッコリー梅のり和え</p> <p>エネルギー 253 kcal 炭水化物 33.0 g 蛋白質 5.7 g 食塩相当量 2.9 g 脂質 10.9 g</p>		
30日(土)	メルルーサの香味ガーリックオイル焼	7日(土)	豚肉の塩麴焼き
 <p>線キャベツ 桜漬 ミニむかしコロケ たらこときのこのクリームソース ほうれん草の塩コンソメソテー 筍のそぼろ煮</p> <p>エネルギー 205 kcal 炭水化物 21.4 g 蛋白質 13.1 g 食塩相当量 2.5 g 脂質 6.7 g</p>	 <p>線キャベツ 桜漬 マヨたまカツ 春雨の中華サラダ 牛肉しぐれ煮 ほうれん草の汁あえ</p> <p>エネルギー 308 kcal 炭水化物 24.1 g 蛋白質 15.9 g 食塩相当量 2.4 g 脂質 16.3 g</p>		
5月 1日(日)	天ぷら盛り合わせ	8日(日)	三色丼
 <p>線キャベツ しばかつば漬 小袋天つゆ 豚ワカメ チゲン菜と竹輪のチリ辛炒め 高野煮付</p> <p>エネルギー 321 kcal 炭水化物 26.4 g 蛋白質 12.9 g 食塩相当量 3.7 g 脂質 18.3 g</p>	 <p>磯辺仕上げの一口さきみフライ カレージャン炒め オクラと竹輪の和え物 タレ付き肉団子 沢庵漬</p> <p>エネルギー 222 kcal 炭水化物 16.4 g 蛋白質 13.6 g 食塩相当量 1.6 g 脂質 11.5 g</p>		

◎新鮮な食材を使用しておりますが、なるべく早くお召し上がりください。仕入れの都合上メニューと異なる場合はご了承下さい



冠婚葬祭、パーティー、行事・各種弁当

オードブル等のお申し込みは、
「三友フーズセンター」



フリーダイヤル 0120-98-1158

URL⇒<http://www.sanyufoods.jp/>

喫食後のお弁当箱の中に箸やフタごみ等を入れないようお願いいたします

※この献立表はホームページにも掲載しております。「三友フーズセンター」で検索し、トップページの新着情報からご覧ください。